

گفتگو با دیوانه‌های هر روزی

حالا چگونه با افراد بی منطق زندگی مان روبه‌رو شویم

مادک گلستون

ترجمه منیژه سیخ‌جوانی (بهزاد)

نشر پیکان

تهران ، ۱۳۹۸

سرشناسه: گولستون، مارک، ۱۹۴۸-م.
 عنوان و نام پدیدآور: گفتگو با دیوانه‌های هر روزی: چگونه با افراد بی‌منطق زندگی مان روبه‌رو شویم
 مارک گلستون؛ ترجمه منیژه شیخ‌جوادی / بهرام، ویراستار سمیرا نجدسمیعی.
 مشخصات نشر: تهران: پیکان، ۱۳۹۶.
 مشخصات ظاهری: ۲۹۷ ص.: جدول؛ ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
 شابک: 978-964-328-895-2

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Talking to Crazy (How to Deal with the Irrational and Impossible People in Your Life), 2015

موضوع: اختلاف بین اشخاص
 موضوع: روابط بین اشخاص
 موضوع: مدیریت تعارض

شناسه افزوده: بهزاد، منیژه (شیخ‌جوادی)، مترجم

شناسه افزوده: نجدسمیعی، سمیرا، ویراستار

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۶ گ ۳ الف / ۶۳۷ BF

رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۱۱۱۸۲۹



گفتگو با دیوانه‌های هر روزی (چگونه با افراد بی‌منطق زندگی‌مان روبه‌رو شویم)

TALKING TO CRAZY

(How to Deal with the Irrational and impossible people in your life)

AMACOM / U.S.A / 2015

Mark Goulston

Samira_Samii@yahoo.com

مارک گلستون

مترجم: منیژه شیخ‌جوادی (بهزاد)

ویراستار: سمیرا نجدسمیعی

آماده‌سازی و اجرا: هوشمند علمی کتابفروش

ناظر فنی چاپ: هومن علمی کتابفروش

مدیر تولید: زهرا درخشان

حروفچین و صفحه‌آرا: مریم یوسفی

چاپ و صحافی: چاپخانه نشر پیکان

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۸

تیراژ: ۵۵۰

بها: ۴۸۰۰۰ تومان

حق چاپ و نشر این اثر برای نشر پیکان محفوظ است.

دفتر نشر: خیابان ولیعصر، پایین‌تر از توانیر، نبش کوچه مریم، پلاک ۲۲۸۳، طبقه ۲، واحد ۵

تلفن: ۸۸۷۷۰۶۵۲ - دورنگار: ۸۸۷۸۰۴۲۶

peykanpress@gmail.com

peykan.publication اینستاگرام

دفتر پخش: شهید بهشتی (عباس‌آباد)، بین چهارراه اندیشه و سهروردی، ساختمان ۶۸

تلفن: ۸۸۴۲۳۲۱۲/۸۸۴۲۳۱۱۰ کد پستی: ۱۵۶۹۷۵۴۶۱۱

فهرست

بخش ۱: مبانی گفتگو با یک دیوانه.....	۱
فصل ۱: چگونه یک دیوانه را درک کنیم.....	۳
فصل ۲: شناسایی علل رفتارهای غیر منطقی.....	۱۳
فصل ۳: شناسایی یک فرد غیر منطقی (الگوی خاص یک فرد).....	۲۹
فصل ۴: چه زمانی با یک دیوانه صحبت کنیم و چه زمانی از او دور شویم.....	۴۲
بخش ۲: نخست، رویارویی با دیوانگی خود.....	۵۳
فصل ۵: نشانه‌گیری بی‌منطقی‌های خودتان.....	۵۵
فصل ۶: زمانی که مورد حمله قرار می‌گیرید دیوانگی‌های خود را مهار کنید.....	۶۹
فصل ۷: تجدید قوا در زمانی که فرد بی‌منطق برنده بازی می‌شود.....	۸۳

بخش ۳:	چهارده روش برای گفتگو با یک دیوانه	۹۳
فصل ۸:	روی شکم بغلتید؟	۹۵
فصل ۹:	تکنیک عذرخواهی، همدردی و برملا کردن (ای ای یو)	۱۰۴
فصل ۱۰:	سفر زمان	۱۱۴
فصل ۱۱:	چشم توفان	۱۲۴
فصل ۱۲:	نقطهٔ بدی را ببینید	۱۳۴
فصل ۱۳:	عصارهٔ همدلی	۱۳۹
فصل ۱۴:	در یک چشم به هم زدن	۱۴۷
فصل ۱۵:	روشی سه قدمی	۱۵۲
فصل ۱۶:	چرب‌زبانی	۱۵۹
فصل ۱۷:	دستور اجرایی	۱۶۵
فصل ۱۸:	حمله و ضد حمله	۱۷۰
فصل ۱۹:	دور راندن (دور راندن ملایم)	۱۷۸
فصل ۲۰:	دشمن دوست‌نما	۱۸۵
فصل ۲۱:	من می‌دانم چه چیزی را پنهان کرده‌ای	۱۹۲
بخش ۴:	هشت روش برای مقابله با فردی غیر منطقی که...	۱۹۹
فصل ۲۲:	شما آن احساس دوست داشتن را از دست داده‌اید	۲۰۱
فصل ۲۳:	ضربه‌گیر	۲۱۰
فصل ۲۴:	جملات طوطی‌وار	۲۱۶
فصل ۲۵:	فرزند «الف» یا فرزند «ب»؟	۲۲۰
فصل ۲۶:	«بدترین چیز برای شما چیست؟»	۲۲۶

فصل ۲۷ :	ارتباطی از نو.....	۲۳۳
فصل ۲۸ :	معامله‌ای که انجام گرفته است.....	۲۳۹
فصل ۲۹ :	کدورت را رها سازیم.....	۲۴۵

بخش ۵ : وقتی فرد بی منطق عملاً دچار اختلال روانی است، چه باید کرد؟ .. ۲۵۳

فصل ۳۰ : وقتی کمک به فردی بیمار و رای توانایی شماست، به کجا رو بیاورید؟ ۲۵۵

فصل ۳۱ : چگونه می‌توان فردی را برای گرفتن کمک متقاعد ساخت..... ۲۶۶

فصل ۳۲ : وقتی کسی قصد خودکشی دارد، چه می‌کنید؟..... ۲۸۳

فصل ۳۳ : حسرت فرستادن ی از دست داده..... ۲۹۰

کلام آخر..... ۲۹۹

www.ketaboo.ir